

ΣΥΓΧΡΟΝΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

B. Κονταξάκης

Καθηγητής Κλινικής & Κοινωνικής Ψυχιατρικής
Πανεπιστημίου Αθηνών

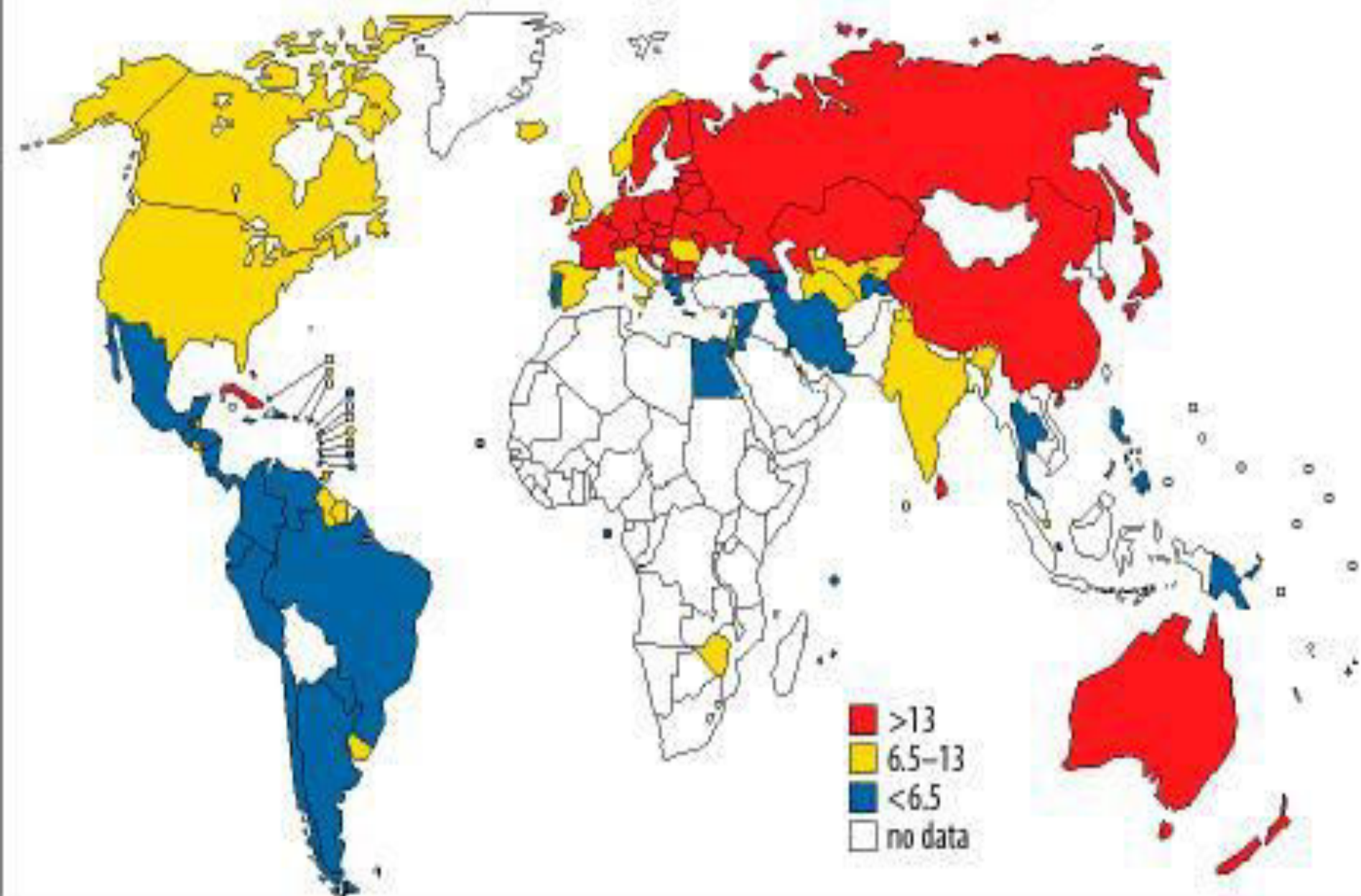
Πίνακας 1. Αυτοκτονική Συμπεριφορά: Επιδημιολογικά δεδομένα

- 1.000.000 θάνατοι καταγράφονται κάθε χρόνο από αυτοκτονία
- Μια αυτοκτονία καταγράφεται παγκοσμίως κάθε 20 δευτερόλεπτα
- Εκτιμάται ότι σε κάθε αυτοκτονία αντιστοιχούν περίπου 20 απόπειρες αυτοκτονίας
- Περισσότεροι άνθρωποι καταλήγουν αυτοκτονώντας κάθε χρόνο σε σχέση με το σύνολο των θανάτων από πολέμους, τρομοκρατικές ενέργειες και ανθρωποκτονίες

Πίνακας 2. Αυτοκτονική Συμπεριφορά: Επιδημιολογικά δεδομένα (συνέχεια)

- Η αυτοκτονία συγκαταλέγεται ανάμεσα στις 10 κύριες αιτίες θανάτου για όλες τις ηλικίες του πληθυσμού
- Η αυτοκτονία συγκαταλέγεται μεταξύ των 3 πρώτων αιτιών θανάτου για τους εφήβους και τους νεαρούς ενήλικες (15-34 ετών)

Map of suicide rates
(per 100 000; most recent year available as of March 2002)



Πίνακας 3. Δείκτες αυτοκτονίας ανά 100.000 κατοίκους, ανά χώρα, έτος και φύλο σε Ευρωπαϊκές χώρες (WHO, 2011)

Χώρα	Έτος	Άνδρες	Γυναίκες
Λιθουανία	09	61.3	10.4
Ρωσία	06	53.9	9.5
Λευκορωσία	07	48.7	8.8
Λετονία	09	40.0	8.2
Ουγγαρία	09	40.0	10.6
Ουκρανία	09	37.8	7.0
Σλοβενία	09	34.6	9.4
Εσθονία	08	30.6	7.3
Μολδαβία	08	30.1	5.6
Φιλανδία	09	29.0	10.0
Κροατία	09	28.9	7.5
Βέλγιο	05	28.8	10.3

Πίνακας 3. Δείκτες αυτοκτονίας ανά 100.000 κατοίκους, ανά χώρα, έτος και φύλο σε Ευρωπαϊκές χώρες (WHO, 2011) (συν.)

Χώρα	Έτος	Άνδρες	Γυναίκες
Σερβία	09	28.1	10.0
Πολωνία	08	26.4	4.1
Ελβετία	07	24.8	11.4
Γαλλία	07	24.7	8.5
Τσεχία	09	23.9	4.4
Αυστρία	09	23.8	7.1
Σλοβακία	05	22.3	3.4
Ρουμανία	09	21.0	3.5
Ιρλανδία	09	19.0	4.7
Βουλγαρία	08	18.8	6.2

Πίνακας 3. Δείκτες αυτοκτονίας ανά 100.000 κατοίκους, ανά χώρα, έτος και φύλο σε Ευρωπαϊκές χώρες (WHO, 2011) (συν.)

Χώρα	Έτος	Άνδρες	Γυναίκες
Σουηδία	08	18.7	6.8
Γερμανία	06	17.9	6.0
Δανία	06	17.5	6.4
Νορβηγία	09	17.3	6.5
Ισλανδία	08	16.5	7.0
Λουξεμβούργο	08	16.1	3.2
Πορτογαλία	09	15.6	4.0

Πίνακας 3. Δείκτες αυτοκτονίας ανά 100.000 κατοίκους, ανά χώρα, έτος και φύλο σε Ευρωπαϊκές χώρες (WHO, 2011) (συν.)

Χώρα	Έτος	Άνδρες	Γυναίκες
Ολλανδία	09	13.1	5.5
Ισπανία	08	11.9	3.4
Ηνωμένο Βασίλειο	09	10.9	3.0
Ιταλία	07	10.0	2.8
ΠΓΔΜ	03	9.5	4.0
Κύπρος	08	7.4	1.7
Ελλάδα	09	6.0	1.0
Μάλτα	08	5.9	1.0
Αλβανία	03	4.7	3.3

Πίνακας 4. Κοινωνικοδημογραφικοί παράγοντες κινδύνου αυτοκτονίας (Κοινωνικο-ψυχο-βιολογικό μοντέλο)

- Ανδρικό φύλο
- Άγαμος, χήρος, διαζευγμένος
- Ηλικία (> 65 ή 15-35 ετών)
- Άνεργος
- Κοινωνική μόνωση
- Φτωχές διαπροσωπικές σχέσεις
- Συγκρουσιακές διαπροσωπικές σχέσεις
- Έλλειψη κοινωνικών υποστηρικτικών συστημάτων
- Ιστορικό κακοποίησης
- Αρνητικά γεγονότα ζωής

Πίνακας 5. Ψυχοπαθολογικοί παράγοντες κινδύνου αυτοκτονίας (Κοινωνικο-ψυχο-βιολογικό μοντέλο)

- Κατάθλιψη
- Απελπισία- Αβοηθησία
- Σχιζοφρένεια
- Αλκοολισμός
- Κατάχρηση ουσιών
- Διαταραχή προσωπικότητας
- Οργανική ψυχική διαταραχή
- Αγχώδης διαταραχή (με κρίσεις πανικού)

Πίνακας 6. Βιολογικοί παράγοντες κινδύνου αυτοκτονίας (Κοινωνικο-ψυχο-βιολογικό μοντέλο)

- Μειωμένη σεροτονινεργική δραστηριότητα (χαμηλές τιμές 5-HIAA)
- Χαμηλή στάθμη χοληστερόλης πλάσματος
- Ιστορικό αυτοκτονίας στην οικογένεια (γενετική προδιάθεση- παρορμητική συμπεριφορά)
- Σοβαρή σωματική νόσος (χρόνια, επώδυνη, τερματική)

Πίνακας 7. Παράγοντες κινδύνου για αυτοκτονία

- Προδιαθεσικοί παράγοντες (predisposing factors)
- Εκλυτικοί παράγοντες (precipitating factors)
- Ευοδωτικοί παράγοντες (contributing factors)

Πίνακας 8. Προδιαθεσικοί παράγοντες

Οι προδιαθεσικοί παράγοντες είναι «διαρκείς» παράγοντες που καθιστούν ένα άτομο ευάλωτο σε αυτοκτονική συμπεριφορά

- Ψυχική νόσος
- Κατάχρηση ουσιών/αλκοολισμός
- Προηγούμενες απόπειρες αυτοκτονίας
- Ιστορικό αυτοκτονίας/απόπειρας στην οικογένεια
- Πρώιμη απώλεια, συσσώρευση γεγονότων ζωής
- Δυσκολία επίτευξης μιας «ισότιμης» διαπροσωπικής σχέσης, διαπροσωπικά προβλήματα

Πίνακας 9. Εκλυτικοί παράγοντες

Οι εκλυτικοί παράγοντες είναι «οξείες» παράγοντες («οξείες κρίσεις») που επισπεύδουν την εκδήλωση της αυτοκτονικής συμπεριφοράς

- Πρόσφατη «απώλεια» ή διαπροσωπική σύγκρουση
- Πρόσφατη αυτοκτονία/απόπειρα συγγενικού ή φιλικού προσώπου
- Σύγκρουση με τον νόμο
- Υποβάθμιση από μια κοινωνική-επαγγελματική θέση
- Πίεση για άμεση επιτυχία/ αποκατάσταση
- Χρηματικές δυσκολίες
- Απόρριψη από την κοινωνία λόγω κάποιων χαρακτηριστικών (εθνικών, φυλετικών, κ.α.)

Πίνακας 10. Ευοδωτικοί παράγοντες

Οι παράγοντες που συμβάλουν στην εκδήλωση αυτοκτονικής συμπεριφοράς αυξάνουν την «έκθεση» του ατόμου είτε στους προδιαθεσικούς είτε στους εκλυτικούς παράγοντες

- Σωματική νόσος/αναπηρία
- Εξάρτηση από ουσίες/αλκοόλ
- Επικίνδυνη - δυνητικά αυτοκαταστροφική συμπεριφορά
- Θέματα φυλετικής ταυτότητας
- Μη σταθερή οικογένεια
- Απομόνωση, αποξένωση

Stress Diathesis Model για την αυτοκτονία (παράγοντες κινδύνου)



Πολλοί ασθενείς με ψυχιατρική διαταραχή (συμπεριλαμβανομένων και των διαταραχών της διάθεσης) δεν αυτοκτονούν
Πολλά άτομα χωρίς ψυχιατρική διαταραχή αυτοκτονούν υπό το βάρος ψυχοπιεστικών καταστάσεων

Diathesis = Προδιάθεση, ευαλωτότητα
Stress = Πίεση, ένταση, υπερένταση, κατάσταση άγχους

Πίνακας 11: Η μεγάλη οικονομική ύφεση των ΗΠΑ: Δεδομένα, δράσεις, επιπτώσεις

Δεδομένα:

- «Οικονομικό **crash**»
- Κατακόρυφη πτώση των διεθνών χρηματαγορών
- Κατάρρευση τραπεζών
- Μεγάλη αύξηση της ανεργίας
- Μεγάλη αύξηση της φτώχειας

Πίνακας 11: Η μεγάλη οικονομική ύφεση των ΗΠΑ (συν.)

Δράσεις:

- Έγκαιρη προσαρμογή του προνοιακού συστήματος
- Ανάπτυξη προγραμμάτων προαγωγής υγείας και πρόληψης
- Οικονομική και κοινωνική στήριξη των ανέργων
- Μεταρρύθμιση και βελτίωση της αγροτικής παραγωγής
- Αναθεώρηση-προσαρμογή των οικονομικών εκκρεμοτήτων των πολιτών
- Υποστήριξη των χαμηλόμισθων πολιτών και των συνταξιούχων
- Προσαρμογή-μείωση των τιμών των προϊόντων

Πίνακας 11: Η μεγάλη οικονομική ύφεση των ΗΠΑ (συν.)

Επιπτώσεις:

- Μείωση της γενικής θνησιμότητας
- Μείωση των θανάτων από τροχαία
- Αύξηση των αυτοκτονιών και των βίαιων θανάτων

Πίνακας 12: Η οικονομική κρίση της Ρωσίας

Δεδομένα:

- Οικονομικό πείραμα – «shock therapy»
- Κατάργηση του ελέγχου στις τιμές των προϊόντων
- Κατακόρυφη αύξηση στις τιμές των προϊόντων
- Μείωση των μισθών και των συντάξεων

Πίνακας 12: Η οικονομική κρίση της Ρωσίας (συν.)

Επιπτώσεις:

- Αύξηση της ανεργίας
- Αύξηση της φτώχειας
- Αύξηση της κατανάλωσης οινοπνευματωδών
- Μειωμένη δυνατότητα παροχής ιατρικών υπηρεσιών
- Αύξηση της θνησιμότητας
- Μείωση του μέσου όρου ζωής
- Αύξηση των αυτοκτονιών

Πίνακας 13. Η οικονομική κρίση στις χώρες της Βαλτικής

Δεδομένα:

- Μεγάλη οικονομική ύφεση
- Μεγάλες κοινωνικές αλλαγές
- Μεγάλη και απότομη αύξηση της ανεργίας

Επιπτώσεις:

- Αύξηση του αλκοολισμού
- Αύξηση των διαζυγίων
- Υποθεραπεία-αύξηση της κατάθλιψης
- Αύξηση των αυτοκτονιών

Πίνακας 14. Η Ασιατική οικονομική κρίση

Δεδομένα:

- Μεγάλη οικονομική ύφεση
- Μεγάλη και απότομη αύξηση της ανεργίας
- Μείωση του εισοδήματος
- Αύξηση της φτώχειας

Επιπτώσεις:

- Κοινωνική και οικονομική ανασφάλεια
- Αύξηση των καταθλιπτικών διαταραχών
- Αύξηση των αυτοκτονιών

Πίνακας 15. Η Ευρωπαϊκή οικονομική κρίση

Δεδομένα:

- Μεγάλη οικονομική ύφεση
- Κατάρρευση των χρηματιστηρίων
- Αύξηση της ανεργίας

Επιπτώσεις:

- Αύξηση της φτώχειας
- Αύξηση της ανασφάλειας των πολιτών
- Αύξηση των αυτοκτονιών
- Αύξηση των βίαιων συμπεριφορών
- Μείωση των τροχαίων ατυχημάτων

Πίνακας 16. Η Ελληνική Οικονομική κρίση

Δεδομένα:

- Μεγάλη οικονομική ύφεση
- Αύξηση του χρέους (από 105% σε 143% του ΑΕΠ)
- Μείωση της βιομηχανικής παραγωγής
- Μείωση των μισθών και των συντάξεων
- Μείωση των δαπανών δημοσίων νοσοκομείων
- Μείωση του ιατρικού και παραϊατρικού προσωπικού υπηρεσιών υγείας
- Μείωση των νοσοκομειακών κλινών του δημόσιου τομέα

Πίνακας 16. Η Ελληνική Οικονομική κρίση (συν.)

Επιπτώσεις:

- Μεγάλη αύξηση της ανεργίας
- Αύξηση της φτώχειας
- Αύξηση των εισαγωγών σε δημόσια νοσοκομεία
- Μείωση των εισαγωγών σε ιδιωτικά νοσοκομεία
- Αύξηση των περιστατικών AIDS
- Αύξηση των χρηστών παράνομων ουσιών
- Αύξηση των καταθλιπτικών διαταραχών
- Αύξηση των αυτοκτονικών συμπεριφορών
- Αύξηση των βίαιων συμπεριφορών
- Μείωση της κατανάλωσης οινοπνευματωδών ποτών
- Μείωση των περιστατικών οδήγησης υπό την επήρεια οινοπνευματωδών

ΟΜΑΔΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

για την μελέτη των αυτοκαταστροφικών και βίαιων συμπεριφορών σε περίοδο οικονομικής κρίσης

- **Συντονιστής:** Β. Κονταξάκης
- **Συμμετέχοντες:** Ο. Γιωτάκος, Κ. Παπλός, Θ. Παπασλάνης, Γ. Μουσσάς, Κ. Σταυριανάκος, Γ. Τσουβέλας, Μ. Χαβάκη-Κονταξάκη, Γ.Ν. Παπαδημητρίου
- **Συνεργαζόμενοι φορείς:**
 - α. Α' Ψυχιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, Αθήνα
 - β. Ψυχιατρική Κλινική, 414 Στρατιωτικό Νοσοκομείο, Αθήνα
 - γ. Ψυχιατρική Κλινική, ΓΝ Νοσοκομείο «Η Σωτηρία», Αθήνα

Πρόσφατες δημοσιεύσεις σε σχέση με την αυτοκτονία στην Ελλάδα κατά τη διάρκεια της οικονομικής κρίσης

- Kontaxakis V. et al. Psychiatriki 2013- Suicide ↑ 27.2%
- Kondilis E. et al, Am J Public Health 2013- Suicide ↑16.2%
- Arie S, BMJ 2013-Suicide ↑22.7%
- Fountoulakis K. et al. BMJ 2013-Suicide ↑26.5%
- Keltikelenis A. et al, Lancet 2014-Suicide ↑45.0%
- Madianos M. et al, Eur J Psychiatry 2014-Suicide ↑55.8%

Πίνακας 17. Οι παράγοντες που –διαδραστικά– συμβάλλουν στη σχέση ανεργίας και αυτοκτονικότητας σε περίοδο οικονομικής κρίσης

- Οικονομική ύφεση (φτώχεια, ανασφάλεια)
- Ανεργία
- Ανδρικό φύλο
- Μείωση εισοδήματος
- Μείωση κοινωνικής στήριξης
- Κοινωνική μειονεξία

Πίνακας 17. Οι παράγοντες που –διαδραστικά– συμβάλλουν στη σχέση ανεργίας και αυτοκτονικότητας σε περίοδο οικονομικής κρίσης (συν.)

- Κατάσταση παρατεταμένου στρες
- Μειωμένη αυτοεκτίμηση
- Διαταραχή διαπροσωπικών-οικογενειακών-επαγγελματικών σχέσεων
- Κατάθλιψη
- Κατάχρηση οινόπνευματων ή/και ουσιών
- Αυτοκτονικότητα

Πίνακας 18. Στρατηγικές μείωσης της νοσηρότητας-θνησιμότητας και πρόληψης των αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών σε περίοδο οικονομικής κρίσης

- Υποστήριξη (κοινωνική και υλική) των «ευάλωτων» ατόμων (πάσχοντες από χρόνιες παθήσεις, ηλικιωμένοι, παιδιά, έγκυοι κ.α.)
- Εξασφάλιση της πρόσβασης σε ιατρικές υπηρεσίες
- Εξασφάλιση της λήψης της ενδεικνυόμενης φαρμακευτικής αγωγής σε πάσχοντες
- Ενίσχυση των δικτύων κοινωνικής ασφάλειας και πρόνοιας
- Στήριξη του συστήματος κοινωνικών παροχών – ασφαλίσεων
- Αποκατάσταση και κοινωνική επανένταξη των ανέργων

Πίνακας 18. Στρατηγικές μείωσης της νοσηρότητας-θνησιμότητας και πρόληψης των αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών σε περίοδο οικονομικής κρίσης (συν.)

- Δημιουργία νέων θέσεων εργασίας
- Υλοποίηση προγραμμάτων προαγωγής υγείας και πρόληψης
- Αναδιοργάνωση –προσαρμογή των υπηρεσιών ψυχικής υγείας σε ήδη πάσχοντες και σε «ευάλωτους» πληθυσμούς
- Έγκαιρη θεραπευτική παρέμβαση σε άτομα με ψυχικές διαταραχές (κυρίως συναισθηματικές) και αυτοκτονικές τάσεις

Συμπεράσματα

Η μεγάλη οικονομική κρίση, συνήθως συσχετίζεται με αύξηση της ανεργίας, αύξηση της φτώχειας, αύξηση της νοσηρότητας και της θνησιμότητας, κυρίως, από καρδιαγγειακά νοσήματα, νεοπλασματικές παθήσεις, σακχαρώδη διαβήτη, **αυτοκτονίες και βίαιους θανάτους.**

Το μέγεθος των επιπτώσεων της οικονομικής κρίσης εξαρτάται από δύο, κυρίως, παραμέτρους:

- α. Το βάθος και τη διάρκεια της οικονομικής ύφεσης
- β. την έγκαιρη-ορθολογική αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών και άλλων προβλημάτων υγείας των πολιτών

Η έγκαιρη εφαρμογή στρατηγικών μείωσης της νοσηρότητας-θνησιμότητας και της αυτοκτονικότητας των πολιτών αναμένεται να προλάβει ή να μετριάσει τις τραγικές συνέπειες της οικονομικής κρίσης.